許

丹臣論

定

同

社

邵 楊

元惟

掻 明

糸 編

湖縣

(1550?)

續修四庫全書 版 子部 1106 冊

景賢射箭書籍收集之三

Shè Xué Zhǐ Nán 射 學 指 南

明・蘭陵 許鼎臣 論定(1600)

同社 楊惟明編輯、邵元植參閱

明 高武 撰?

朔雪寒 初校



射學指南 1

明	高武 撰?	???		1
 、	射有法	去 〔有引〕		3
二、	弓考			3
三、	箭考			3
四、	弦			4
五、	决 (俗	·名節機)		4
六、	執弓			4
七、	搭矢			5
八、	鈎弦			5
九、	身法			5
+、	足法			5
+	、 手法	去		6
十二	、眼法	去		6
十三	、 臨射	村 〔即治氣之法。〕		7
十四	、 射後	发		9
十五	、 訣〔	〔凡二十〕		9
十六	、 病〔	〔凡九〕	1	0
十七	、 前手	手七病	1	1
八十	、後手	戶七病	1	1
十九	、馬射	村法〔有引〕	1	1

一、 射有法 〔有引〕

甘蠅,古之善射者,彎弓而獸伏鳥下。以此法授弟子飛衛,而巧 過其師。紀昌學射于衛,衛曰:「視大如小、視微如著,而後告我。 」昌以渺氂垂蝨于牖上,南面而望之。旬月之間,浸大也;三年之後 ,如車輪焉。乃以燕角之弓、朔蓬之簳,射之貫蝨之心,而垂不絕。 由此觀之,雖至巧必從法生,射惡可無法也。古人習射,但求合法與 否,而的之中否,有所不計。豈不欲中哉!葢得法者,自然命中,此 又不必計矣!

二、 弓考

學者皆曰:「弓不知何段是弓?」弓心包在弛内不見,軟手皮,名曰弛。近弛八分,名曰弛眼。近弛眼一寸二分便是弓。近弓二寸,名曰閃。近閃一段,名曰回火。近回火一段,名曰腦。近腦一段,名曰虚火。近虚火一段後是枕皮。枕下一段為琹弦。琹弦外曰蛾眉。靠蛾眉即扣。扣内緑皮曰耐磨。

○凡學射,先須擇弓之稱手者。若手強弓弱,則手欺弓;弓強手弱,則弓欺手。皆所不可。然初學,寧使手有餘力。

○買弓,須擇其胎直、筋舒、膠勻、乾透、角面老,便是良弓體 段。但新弓須張而調之,偏者使歸于正,斜者使歸于平,曲者使歸于 直。如病在弝,則以火調弝;病在閃,則以火調閃;病在腦,則以火 調腦。或以刀錓之,又或以兩手開其腦、兩膝制其閃,皆可。更宜烘 焙得法,安置平正。

三、 箭考

學者皆曰:「箭不知何段是箭?」皆曰:「頭上是鏃,不知何段 是鏃?」鉄露在外者,名曰鉄頭。包桃皮内者,名曰鉄鏃。近桃皮一 寸二分,便是箭,最要堅硬。近箭一段,細看,名曰小肚。近翎毛一 段,粗看,名曰大肚。翎毛空處,謂之翎眼。搭弦處,謂之扣。

〇凡箭,須看其幹。不頭大尾小,不此輕彼重;其扣不緊不蕩, 其翎且整且固。然後用之,亦須與弓相稱。弓重則矢亦重,弓輕則矢 亦輕。若矢輕于弓,則必跳躍;矢重于弓,則又沉而難到矣。亦宜烘 焙得法,安置平正。

四、弦

凡弦,太長則謾而無力,太短則木而不發。粗細圓圙適中。

五、 决(俗名節機)

决以輕而薄者為佳,又貴不寬不緊。着决,須近虎口。若在近指 甲節上,則逼弦太緊,入于揫矣!

六、 執弓

弓驰上段,可留六七分通矢。即以掌心頂弛,猶如握夘(卵)。 不可橫把,若橫把,則指不着力,把持不固,每每打袖。第三、四、 五指,緊緊拏弛。大指悉力追進,壓着中指,第二指豎起,指尖點在 弛前之上,不可伸出。盖食指點弛,亦有扶助之力,而不伸出。斯無 碍(礙)弦之病。近來人多四指摠拏,雖非正法,苟能熟之,亦可。

○初學,宜將弓每每空張,併習容止。空張既熟,容止亦端,乃 可引弓。若遽然引弓發矢,則力不出、心又亂。諸病難除矣!

七、 搭矢

先看單翎在上,即入扣;須前手低四、五分,後手高四、五分。若前高後低,則發矢多至描天,而不能水平。然亦碩人力之強弱何如!力強,自能遠到。後手宜高,力弱而后高,矢不到把矣。又須放平些,宜時時酌量。

八、鈎弦

後手大指鈎弦,將食指鈎大指。然食指尖,須直向于下;若橫斜,則弦有碍而矢偏于右矣。食指内節,一直傍矢,不可太逼。盖惟傍矢,則矢不落架;而不太逼,則矢不右曲。或以中指鈎大指,而直伸食指傍矢,又或以食、中二指鈎大指,名曰「双(雙)鈎」。此亦各從其便耳。

九、 身法

身勢大槩有二:全身壁立引弓,謂之大架;蹲足直腰引弓,謂之小架。場中各從其便。惟射賊宜于大架,引弓便射,賊不及避也。然要端身如幹、直臂如枝。身前竦,為猛虎方騰;額前臨,為封兕欲闘。出弓弰,為懷中吐月;平箭筈,為弦上懸衡。

十、 足法

立脚須不丁不八。前脚趾一直對把,仍直挺勿曲。后脚曲而向前 ,不但無突臋(臀)之病,且有腰力,故曰:「前腿似橛,后(後) 腿似瘸。」隨箭改移,在于後脚。射左改右,射右改左。若開把左一 尺,后脚那(挪)後半寸;開把右二尺,後脚那前一寸。决無東西之 失矣!

十一、 手法

前手一定在**頤間**,又要與前肩平,上下一些子,俱不准(準)。 後手一定在**右乳上一線**,太上也不准(準),謂之懸肘;太下也不准 (準),謂之夾肘。不上不下,**如抱嬰孩**。

○法曰:「前手**如托泰山**」,言其用力推弓也;「後手**如拔虎尾**」,言其一拔就出也。

〇前手貴擎,後手貴撧。擊者,拂也。發矢之時,對的拂去,弓 引直指的中央。若稍過其的,便不是矣。絕者,掣也。言斷絕也。放 箭之時,後手一掣,五指齊力,如側手打物狀。必須臂彎夾緊,謂之 「壓肘」;又將虎口朝天,謂之「仰腕」。其主撑平,平望後,輕輕 一丢手,心轉向于後,名曰「獻掌」,即「仰腕」也。一箭發時,則 必摩其弰。〔主的、主髀之說。〕壓其肘、仰其腕,方合法。

- ○前手虎口微鬆,下三指輕托。
- 〇右手扯弦,屈名、小二指,爬入掌心。若爬之不力,則發矢亦無力。
- ○射大存于小,謂將前肘連肩收進,則手自下、箭自不大。射小存于大,謂將前肘連肩少出,則手自高、箭自不小。**那移在腰、胯、肩、肘之間,非以拳上下也。**

十二、 眼法

凡射六十步,拳對把子中心;七十步,拳對把子頭頸;八十步, 拳對把子頭上。務**用目力諦視**。

○須知:箭在弓右,**視在弓左**;箭在于手,**視在于的**。若視箭, 則不中矣。

- [大架勢, 弛外看把; 小架勢, 弛内看把。 乕口前, 即弛外; 手背上, 即弛内。]
- ○側身對的,初起時,雖當面扯弓。弓滿之際,身已一直,不宜 復側。轉頭來,兩眼齊望把,必須**右眼斜視左眼,左眼斜視把上紅月** 。纔是看法。

十三、 臨射 〔即治氣之法。〕

《傳》曰:「怒氣開弓,息氣放箭。」盖怒氣,則力雄而引滿; 息氣,則心定而慮周。

- ○法曰:「慢開弓,緊放箭。」慢有審之意,緊不至于吐。與「 怒氣、息氣」之說,並行而不悖也。
- ○發矢先兩眼凝神,覷定,左手提弓,臂肩皆轉向于前,與身一直。執弓碍眼,直挺如拒,牢不可動。右手扯弦,須傍耳邊扯來,慎勿挨胸摸奶。後手及後肩,與前臂前肩,一直如線。見得弓滿,又拳正對月中,即着力一撧。盖自持弓之時,即當審固,及至滿而將發,最要倍加精神,愈審愈固,務求滿而又滿、正而又正。斯必至必中矣。然太遲久,及至臂力耗散,發矢無力,又所當知。
- 〇發矢之時,要兩手齊分,一擎一撧,不輕不重,無先無後,則 矢疾而不偏。若中箭多在的之左,必前手用力之過;多在的之右,必 後手用力之過。然前手之分,必自肩而臂,而拳,一齊進力,始得。 若止用拳力,非大即開矣!
- ○射時,遇左風則迎左,遇右風則迎右。未為非法。要之,一遇有風,只須前手極力一擊,後手極力一撧,則矢之去也,寔(實)而不虚(虚)。雖有風,不能為之動矣。何必迎左、迎右乎!

妙處全在此尤宜理會

- 〇用力,有先後,有徵驗。開弓之始,前臂着力;將滿之際,兩 臂齊力。**則胸前骨開,背心肉緊**。若胸背無徵,必臂力未齊也。
- 〇初扯弓,兩臂少曲,不可展盡。前肩畧養在後,不可盡出。待 弓滿,方可出。若未滿先出,全無牽挨之玅。〔訣曰:牽弦須用緩挨 肩。〕謂之死肩,非法也。
- ○射時,**手、足、臂、目,各有定位**。如以的為主,前拳對的, 目在拳之上、的之下,前臂在目之下,前足在拳之下,箭在頦之下, 後手在右乳之前,如**繩之直**焉可也。
- 〇所謂「入彀」者,謂引弓至拳間,一**直如線**,後手已盡,不能復來。其**鏃恰到指上**,此便是「彀」。若臂肩未直,鏃已上指,亦未是「彀」,當更用長箭。若肩臂已直,後手已盡,鏃未上指,便當用短箭。又不可于引弓之初,先將前手挺直,後手又不能拽開,至于脅下而止,便以鏃上指為「彀」。此又大不是矣。
 - ○弓弰向 前畧斜,不横不豎,為斜月之狀。矢去,無開左之病。
 - ○射要遍身用力,而無用力形狀,不動容作色,不矯手頓足。
- ○場中以從容審决為主,射賊以敏捷神速為主。然從容中,不可無敏捷;敏捷中,不可不從容也。□有中,須協天時、調弓矢,**勝不驕、敗不怒,心和氣平,**□□□制,心專志一,箭箭求獎,虚心納善。發矢不易,□□□□□中,大抵以久熟為玅。
- ○生弓,不可必中。弓強矢輕,弓弱矢重,不可必中。手生,不可必中。氣驕志怠,心神恍惚,不可必中。好勝之心甚,怯懦之心生,不可必中。見己之病不改,不可必中。射多力疲,不可必中。
- ○發矢,有平衡上把,空中止見一點黑子者;有臨及把,勢若欣 躍,而鏃頭向上者;此乃力與法俱全,為上乘之技。箭頭從上而下,

能延進二、三十步,不離把子者,亦不失為射法。若描高入雲,從空 堕地,即有一、二上把,亦偶中耳!何法之有!

十四、 射後

發矢之後,須觀其落頭何如?或中,或不中;或大或小;或開左 ,或開右。其大也,得無所主大高乎?搭矢太平乎?其小也,得無矢 不滿乎?前後手欠力乎?或搭矢太高乎?其開左、開右也,得無所主 欠中乎?前手摇動乎?食指鈎弦窒碍乎?或左風、右風乎?或後脚過 左、過右乎?仔細存想,識出一病,即改一病。病處既除,則好處自 生。

- ○每日早夜間,思己之得失處,又思人之得失處,而學于己,而 改于己。沉潜反覆,精思玅悟,自然得心應手。
- 閑常要凝眸定目,先望五十步外,漸及百步外,以一物作准(準),看得其中明明白白。久之,精光注射,天巧自生。
 - 手臂時時對柱挺直,使之堅固。

十五、 訣 [凡二十]

引、控、容、拒、握、習、彀、勢、舉、壓、分、寔、擊、撧、 其二 慎、察、調、閑、審、固。

引者,引滿而後發也。

控者,扣弦得法也。

容者,容止安和也。

拒者,推弓使出也。在臂肘間用力。

握者,把持之固,如握夘(卵)也。

習者,平時演手法也。

備審

載固

説字

/ 可

此蔽 其二

概十

括字

也之

彀,說見前。

勢者,體勢莊重也。

舉者,提其前手也。的遠箭短則可。

壓者,存其前手也。的近箭大則可。

分者,即撆撧齊分之謂。

寔者,辣而疾也。

撆、撧,說見前。

慎者,小心用法也。

察者,較量其得失也。

調者,弓矢相得也。

閑者,從容暇豫也。

審主心,固主力。然二字相因,不可分用也。

十六、 病 [凡九]

頤旁引、頭低垂、胸前凸、背後偃、縮肩、聳肩、懸肘、夾肘、 摸奶。

旁引者,全面兩眼齊望把子也。

頭頸不直,故垂。

胸不歛藏,故凸。

上身用力,下身不用力,則臋望後聳起,致有背偃之病。

縮肩者,肩不出也。

聳肩者,肩早出也。

後肘高于前肩,曰懸肘。在前胸肋下,曰爽(夾肘。爽乃「夾肘」之壞字也。)。二說見前。

摸奶者,扯弦緊靠胸膛也。

十七、 前手七病

張、挑、築、嫩、老、鬆、彎。

張者,前手一忽,有似打彈之勢,箭必徃東。

挑者,下掌緊,虎口鬆。放箭時,望上一檯。

築者,後手鬆。出箭時,虎口望下一搥。

嫩者,手腕彎在弝内,箭多開東。

老者,手腕托過于弛,弦多打袖。

鬆者,肩臂不用力。放時,拳又不緊。

彎者,肩不出,肘與腕亦不直。

十八、 後手七病

懸、逼、揫、遲、速、吐、剩。

懸,即懸肘之說也。

逼者,食指靠緊扣,逼得箭彎,則開西者多。

擊者,不露鳳眼,死死紐緊,致弦俱彎。「擊」與「逼」在弦箭 上分别。

遲者,過于審。

速者,不及審。

吐者,欲就前手,而放箭央詳,不辣也。

剩者,扯不滿鏃,未上指也。

十九、 馬射法〔有引〕

唐堯時有名羿者,善射。以馬箭誅九嬰,殺猰貐。死為宗布,人 皆祀之。后羿慕其為人,學于弧父吉甫。馬射,無脫矢。逢蒙盡得其 術。而漢李廣之走匈奴,唐薛仁貴之定天山,俱取勝于騎射;則騎射 射學指南 續修四庫全書 版

為世所重,厥有由矣!故其為法,又不可以不講也。但比之步射稍易,不及致詳耳。

馬射,須調習其馬:先慢行,次緊行。然馳驅之法,直踞坐,不 宜點坐。宜以兩膝夾緊鞍頭,不宜以兩足踏緊脚鐙。宜以身撲向于前 ,不宜直挺在上。宜左身左足向前,不宜平身平足向前。

○一上馬即將矢扣弦。待馬上路,即投韁捉矢,聚精會神,目不瞬,氣不息,滿開弓,快放箭,只是對鐙而發,無有不中。然其法,有「初把分鬃、中把對鐙、末把抹楸」。平時宜預習之。弓比步弓稍軟,若射賊,只用步弓,須待近三、四十步,方可發矢,遠則難中,亦難殺人也。

原文: 策略研究中心 http://www.cos.url.tw/fight/arrow-05.htm

			Δ	Δ	- Д		7		Δ	۵	4	۵	Δ.	Δ	Δ	Δ	۵	射如
		馬射	後		射後	臨射	眼法	手法	足法	身法	鉤弦	格夫	熱馬	决	孩	新考	马考	學指南目次
			手															-
											í							
 - - - -	Ì		1,11	1								2						,
																 	į	
	1	1													•	•		
																٠.	ļ	

机是火便手掌 ()。 115 MI 3 桃一是皮者 内皮段引名特号中中思 之如嫡大弟甘步 捐 绿桃名近日日考兴杏可 必車上如子蝇射 交下口号配引 又有無 而輪南小飛古 日一腦二近不 不所法 垂馬面視衞包法 水不 心 耐段近水弛和 許 不乃而微而善 有 磨為腦名八何 計計古 絶以望如巧舒 3 彤 〇葉一日分段 矣当人 由燕之新過者 臣 凡陈段明名是 此角向而其弯 不 習 論 學縣名近日引 欲射, 觀之月後師3 定 射弦日朝驰马 赵方之告犯而 中但 松水 先外虚一眼心 维夠問我昌敦 同 至進浸昌學代 须口处改近色 益合 社 浮法--巧之大,以射岛 擇或近名犯在 即楊 必弊业渺于下 1号屑度可服犯 法典 元惟 之虚处回一内 者、否 後射三登衛以 植 明 孫 城 一 史 寸 不 自而 佛心年去 3 此 糸 編 然 的 生贯之融的法 手眉段近二见! 別解 命之 即然回分較 射配後于视投

段季△其以病之限可若 通凡」彩松後尾胡青铁 **那火在偏匀然手** 是者 亦若用小之名近 中,核 铁甘箭 安調犯者乾衫強 太弦宜失之不相曰礼 可聪则使透坐马 鉄日考 衣 烘鞋吞叫眼小皮 更或以婦角事務 震箭 1 焙予须鞍搭胜一 在不 宜以火于面使别 将引典钦路近寸 授 法则考重震领二 烘刀調正老手手 外知 两 烙能弛斜便有欺 安必相其謂毛太 者、何 無 置跳桶扣之一便 **浔之病者是餘**多 名段 力、 法又在使良办; 日是 太 平曜多不和段是 安或即帰弓〇独 止矢重緊○胸首, 铁箭、 姐 置以則于體買手 则 頭 皆 重則不凡看是 于兵荡箭名要 平两以平段引扬 木 包目 **山手火曲但** 頂則 引亦其須 日坠 桃頭 あ 則重領者大硬二友上 開調者新撰多 3. 其門使马其欺 又多母其胜近 於 内是 職病婦須胎手 沉輕整幹朝箭 书铁 組 西则且不毛一 名不 两在于张直片 細 雅夫問頭空民 膝脑直面筋所 日和 制则如調舒不 到亦然大参細一鉄何

人 點弟 袖,如○子 △ 着决 △ 後日朝示五先△兵司的 多犯二第不犯 丰 3.3 面有分看 在以 大鉤后人者单搭 四亦指三可上執近輕失 若 毎 指弦高力前领失 指有豎四横段号指的俗 虚 3 失之高在 甲薄 夠 城 空 展 扶 起 五 把 可 不強後上 拿助捐 柏岩 留 弦 引張 即者 和 维之史翳横六 将 到弱低印 上海 ろ 併 食 把何别入 则佳) 發 羽! 非力縣主机儿 矣如發和 失容 档 止而在拏則分 通义 鈎 又力夫须 法不把犯情通 則止 孩贵 類強多前 大 力空 奇神前大不夫, 太不 熊山之指着即 放自至手 拍 不張 账, 電 然 平能插低 出、别 熟斯上逐办以 入不 之無不力把掌 食 兴速天,四 心熟 牙 緊, 又容三亦得可追持心 括 宜到面五 時後不分, 可陪伸進不頂 尖い 乱儿上 矣,决 0之出歷 画吧。 3手能後 站 亦 須 緬 初病盖着每梢 五 酌宜水手 病线 遊 學、近食中了如 向 量高平高 難力 龙 力然四 除可. 宜来指指打握 TO I

太准前日脚改似脚立 Δ 下後手△那左級曲脚 前名后面须足 九手一手 不一定法 一朋腿向不法 准定在 寸和似前,丁 謂在順。 决左瘸,不不 之 右。間。 無一随但八 夾 乳口又 東尺衛無前 肘)上0要 西后改实脚 不一典 之肺移《器趾》 失那在之一 上線°前 矣後于病自 不太局 半後且對 下上 平 寸,脚心有 把) 如地上 抱不下 開射腰仍 盟(准)一 把左加直 核問此 右改故徒 0 之子) 二右。目勿 尺射前 的 法懸供 後右腿后 回,肘,不

此旅方引身△ 以失傍下 食不失者 月為便多勢 中者不横 平猛射,谓大净 箭虎贼之歌法 二曲可斜 苦方不小有 指或太别 為曆及祭二 鉤以圖)孩 孩额避场全 大中盖有 上贡业中身 拍拍惟磦 縣临然各壁 名夠傍而 槲為要後立 日大 夫夫 封端其引 双指,别偏 见身便吗! 鉤,而夫于 散如惟謂 好 鱼 不 右 剧蜂射之 亦伸落矣 出血贼大 各食探食 3 骨宜架 後拍 而指 辨如于頭 其信不內 為 校·大 这 便夫太郎 像身架,直 耳、久遍山一 中前引腰 或则直

四

間連有

非角权

拳の出い則

上の則手

下の手自

此。自 下

新

高爺:

AT OIL

移。存 在0于

腰の夫

自!

以り少 進

頭起〇右十月 日 有明前 来,時她大視心步,大眼时前时 两维原杂在0拳十法之0时通 眼當時子對步 森面前犯左心把拳 望扯印外箭子對 把污地有在頭把 必 , 外把于上,子 頂 淌手小手格中 右った特架視の用の心へ 眼。際上養在。月0七 斜。身即死于・力・十 视心已 把内的冷静心步 左一内看著视拳 眼·直口视〇對 左。不削箭,须把 眼童身明知子 斜。復對不箭頭 视》侧的,中在颈、

帮初矣○3八凡 A 廖·謂将 掌口摩○手将指不失其前 心微其心心虎奔是之一手 「若 整·明·轉 口 か 彩 時 枝 如 o 他下之主向朝如擊對就托 之三萬的于天侧,者,的出春。 不指主後謂手掣拂心山 小輕。 帮名之打心去、○言 則私煙印仰物言弓前其 發○其意歌歌,新精手用 失右时。掌,其必絕直貴。力 亦手仰。即主。須山指擎。推 無扯其。仰撑。群。故的後马 力、弦、腕。腕平。弯。箭中手也、 自不一〇屈方如沙交之中,贵。後 不大五射名合一望。緊。時若望。手 小射 大小法箭後羽後稍擊如。 存二〇發輕之手過者,拔。 于指前時,3)歷一共拂虎 小迎手则一。肘,掣,的,也,尾。 謂入虎必丢。又五便發言

200

合宜此全好 理尤在泰 法氣即 之治

矣0力為大分明光0知必加 何一非即必办無。〇中精 必 詹·法·開 自·之後·發矣·神 迎則要矣有。過則夫然愈 左矢之〇而·多矢之太°客 迎之一射臂·在疾時。運·愈 古去遇時,而的而要久°園 乎,此心有 遇拳心之不 两心及心移 O 塞·風·左一·右·偏·手·至·永 用而。只風森。公者森。骨。淌 力不。頂則進。後中分。力の而 有虚の前近力の手箭一の耗。又 光维手左始用多擎散湖 後有極遇得力在一一發正 有風力右若之的學。失而六而月及可有行放力 做不一風止過之不。無0又 驗能擊則用然左,輕力,正 間為後迎奉前必不可又斯 多之乎右,力の手前重呼必 之動極未非之手無當至

學、前。須典。發意。氣。傳 ten 盖育。傍身。夫、紫则曰、4 1:0 有一0年一0先不必終臨紅 持真。邊直。两至定氣射月0 3 如·扯·執眼于两朋 经 之缘。来了没吐。属弓、 是 時見慎得の神典周。息 看 即得勿眼。觑怒〇氣 法 當多挨直定流法故 客。以胸挺左息目前、 固,又摸如手氣慢蓋 及拳奶护提之開热 至正後。年子就子氣。 滿對手。不臂亚原则 特中後動音而新准 級。即有o右轉不慢而 最着與手向脖有引 要力前。在于此霉陽 倍一臂、弦流の之

· 直·如·之以 自山的肉·城 為手口向齊于肩 名如·绳o下的 謂 者 不o 紧o前 1、主, 類射前下引臂 臂線之前為之未可必若臂 中然是要暴而习已 存後鱼。旦主死祸展。胸着 闹·须徒○遍。斜上之鱼 未手為在前肩先盡時力。 心物容竭身不便初後 直,已可奉奉非出前無聊 中東天中中用。横以先手 铁盖,此之對法全有徵滿 大岛暗不以为不够将已 已不〇下的心無界必之 抵一,調可後而心賢上前盡 上租所前月〇牵養費 以箭 勇無容無心而拍手數 指復謂在在射粮在力两 久、失敏雷用的斜病挺未 亦来入類拳時之後未臂 熟。成勝。捷、决力。月 毅道、上 為獎の不的教為形之此後指 未其般之之手的对不。森森 秋虚翳难主状吹火手便 是 鉄。者,下上,足。 款可。此,力。 般恰謂後的骨。日盡○○则。 O 心 败·中的不夫大又當: 生納不可職動去不不用七當到可手之目。奉出的胸 3 善·怒·可以容無是能超 更指可在下各级特拉前 用上至右前有。須多引傷 不發心不敏作開矣機能 長此奉乳帶定の用尚面剛 可夫和禮提包左〇間又 及不氣。容神不远号五不 箭,便間,之在位。 級方臂 中易平如速梅病别于可 着是一个前目如 找可必

法心即 之况 ,____

在家 涓

私心主氣

射、步心震自身食高乎或 天外應而生日指手其開 乃以手學〇細鉤其小五 自一〇于每存战開心或 生物問巴日想室左得開 〇作常而早識碍開無心 手准要改夜出呼右夫其 劈看幾于間一或如不大 時得胖。巴思病。左得淌也 ,其空沉巴即·風無乎·得 對中目。潜之政方所前無 柱明先及得一風主後所 挺,望覆失病乎欠手主 自自五精康乃故中欠火 髙 使了十思又震後乎力 之久步抄思见脚前乎我 堅之外格人除過手或卷 图,精渐自之则,应摇松气 **光及照谱炉题勃矢**杰 注百得失爱右手太子

發了一把為 臨 必不 志。了 夫人二子上及中可息。強 之射上者来把 0 必必0失 後後把亦之势發中一神。輕 亦不校若夫見忧吗 須 偶头箭放有巴格。猪 都。 中為頭躍平之木。失 其 耳射後而衛病可o重 落 何法上级上不必不 頭っ 法着而頭把败中0可 何 之插下向空不好必 如 有高能上中可勝中 或 入延者止为之手 中 戏 雲進此見中0公生 後二乃一射甚o不 不 中, 空三力點多怯 堕十典黑 荻 A A 力懦 ·X 地歩法子庭之 大。 即不俱者不心 魚 維全有可生O颚 1115

病却成一改 一除病出 義字二可二對也絕"其格前 之十 被字周然括其流載也

張り 挑 夾屑後垂模夢 分 **解前二早餐脚奶乳** 病用 嫩手就出起不旁頭 A she 老七見如致飲引 低 九 裂病前,後有 蔵者,垂 丐 摸肘背故全胸 張 奶高偃马面前 者于乏上两凸 者, 前 扯前病,身眼,特 手 **张肩縮用蘇後** 紧口肩力理偃 忽~ 意 縣者下把 缩 有 胸肘肩身子肩。 膛在不不心管 10 打 此前出用頭角 弹 胸山力,頸懸 2 肋锋则不肘 势、 下肩翳直夾 目者,望故肘

3 者用再引势持安引控 徒法分盛者之和者容故 容如之都体固见引担 股祭謂,存勢如拒滿提:二 豫者室其在提者而習一十 山較者前重邓推後段 審量辣手也心污發熱 主其而此奉習使也邊 心,得疾的者,者,出控康 固失山近提平山,者、分 主如擎箭其時在扣 办調學、大前演彈鼓 成者就则手手肘得 九二号見可必法問法慎 字矢前分的如用如客 相相慎者、速极力、容調 四,得者,即箭就握者、開 不如小學想見者、容審 可開心华則前、把止

典鬆

歷. 坐、馬 速緊扣逼 腕者犯者必 剩 不射 者致逼擎後亦肩内後往 宜湏不射走吉死唐馬者 贴酮講射勾南為克射扯 不私得選手不臂箭手東 及俱箭速上直不多鬆挑 坐習也為奴馬宗時法不 宜其但由唐射亦有 有偽 審意寫。吐病 用開出我 以馬比所薛縣人名 吐 挚 則 剩 办東新下 引錄 两先之重仁咒音羿 **春典開懸** 放老時掌 未 膝慢步展貴夫礼者 時者虎緊 <u>J.</u> 歌遍西即 夾作射有之逢之蓋 配在者縣 指 拳手口虎 緊次稍由定蒙后射 前兹 多时 又腕望口 也 鞍紧易矣天盡界以 来箭华之 不托下影 頭标不故山海蘇馬 而上者就 緊過一放 不然及其俱其其箭 放分不也 弯于槌箭 宜熟致為取褓為謀 十箭别露逼 者 弛 機 時, 以縣詳法勝而人九 央遅風者 肩 強 者、望 两人耳又于溪學嬰 詳者眼食 不多手上 不騎季千殺 凡法 不過死指 出打 腕一 可射廣脈換 辣于 5 靠 婚宜 肘袖、弯搭 緊發

以别之父称

也審細緊

遠稍分多馬向脚 則較景快上前幾 雅若中放路不宜 中射把箭即宜以 亦城對 品 找 平 難只髮是體身撲 般用末對提平向 人步把鐙夫足于 也马林而聚向前 須 袱 發 精 前 不 待平無會○宜 近持有神一直 三叠不目上徒 四預中不馬在 十 羽 然 瞬 即 上 之其氣特宜 马法不失左 山有 急和身 步初端路太 起開待